



**Hanzehogeschool  
Groningen**

University of Applied Sciences

# **Beter leren zwemmen door videovoorbeelden op een iPad**

**Het verschil tussen een fysiek voorbeeld en een  
videovoorbeeld bij het aanleren van de schoolslag**



**share** your talent. **move** the world.





### Aanleiding

Kinderen leren van het kijken naar een voorbeeld. In het zwemonderwijs is kijken naar de beweging lastig, omdat het voorbeeld (gedeeltelijk) onder water plaatsvindt. Dit is zeker van toepassing bij de schoolslag. De schoolslag is namelijk een complexe serie van bewegingen die lastig aan te leren is. Het geven van een voorbeeld bij de schoolslag levert dan ook niet altijd het gewenste resultaat. Een voorbeeld dat onder water is gefilmd en wordt bekeken op een iPad zou het effect van een voorbeeld kunnen vergroten.

### Doel

Het doel van dit onderzoek is om in kaart te brengen wat het effect is van een voorbeeld op een iPad ten opzichte van het bekijken van een fysiek voorbeeld in de zwemles.

**Het onderzoek is uitgevoerd bij de Zwemschool Instituut voor Sportstudies. De zwemschool is onderdeel van het Hanze Instituut voor Sportstudies en biedt een leerwerkplek voor studenten. Daarnaast wordt binnen deze zwemschool praktijkgericht onderzoek uitgevoerd.**

### Methode

De deelnemers van het onderzoek zijn verdeeld in een experimentele groep (N=17) en een controlegroep (N=18). De experimentele groep kreeg voorbeelden te zien op een iPad terwijl de controlegroep fysieke voorbeelden van de instructeur te zien kreeg. De kinderen die deelnamen aan dit onderzoek hadden bij aanvang van het onderzoek 20 uur zwemles gehad. Ze waren watervrij, beheersten de rugslag en durfden met het gezicht onder water te gaan.

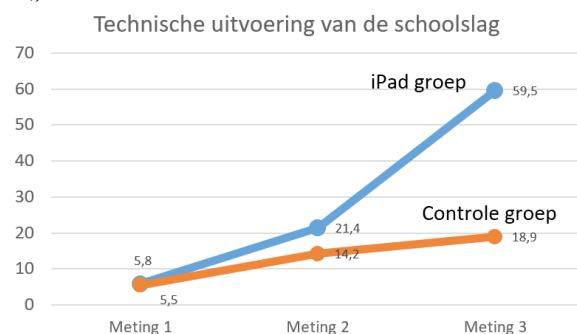
### Instrument en procedure

De vooruitgang met betrekking tot de kennis van de schoolslag werd wekelijks gemeten met een vragenlijst. De kinderen moesten door middel van een meerkeuzevraag aangeven wat de juiste foto of het juiste filmpje van een techniek was. Daarnaast is gekeken naar de technische uitvoering van de schoolslag. De leerlingen zijn in de 1<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> en 6<sup>e</sup> week van de interventie gefilmd. Aan de hand van deze opnames is per kind een observatieformulier ingevuld door twee onafhankelijke NPZ NRZ gekwalificeerde instructeurs.

### Voorbeelden op een iPad leiden tot het sneller aanleren van de schoolslag en tot meer kennis van de schoolslag

### Resultaten

In de resultaten komt naar voren dat de experimentele groep significant meer vooruitgang heeft geboekt op de schoolslag dan de controlegroep. Daarnaast scoorde de experimentele groep significant hoger op de kennis van de schoolslag. De correlatie tussen de scores op de kennis en de technische uitvoering is  $r=0,72$ .



### Conclusie

Het laten zien van een voorbeeld op een iPad leidt tot een grotere vooruitgang op de kennis over de schoolslag en een grotere vooruitgang op de technische uitvoering van de schoolslag ten opzichte van het fysieke voorbeeld.